

R7年度 高齢者の社会参加と生きがいのづくりに向けた事業（東白川村）

ジャンル：運動・健康

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
お達者クラブ	毎月2回、保健福祉センターで運動指導士の指導の下 フレイル予防のための運動を行います。	通年	65歳以上の 要介護認定を 受けていない人	1回200円	東白川村 村民福祉課 0574-78- 3111
URL: https://www.vill.higashishirakawa.gifu.jp					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
脳活クラブ 一休さん	毎月1回、保健福祉センターでレクリエーションコーディネーターの指導の下、認知症予防のためのレクリエーションや作品作りを行います。	通年	おおむね 65歳以上の人	1回200円	東白川村 村民福祉課 0574-78- 3111
URL: https://www.vill.higashishirakawa.gifu.jp					

事業名	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
月イチ ゆる体操	毎月1回、五加サロン、黒淵クラブそれぞれで、緩やかな体操を行います。	通年	おおむね 65歳以上の人	無料	東白川村 村民福祉課 0574-78- 3111
URL: https://www.vill.higashishirakawa.gifu.jp					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
リハビリ 教室	毎月1回、保健福祉センターでフレイル予防、閉じこもり予防のためのレクリエーションを行います。	通年	おおむね 65歳以上の人	無料	東白川村 村民福祉課 0574-78- 3111
URL:					

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
シニアのためのGO!GO!クッキング	毎月1回、保健福祉センターでフレイル予防のための学習と調理実習を行う。	通年	おおむね 65歳以上の人	1回200円	東白川村 村民福祉課 0574-78- 3111
URL: https://www.vill.higashishirakawa.gifu.jp					

R7年度 高齢者の社会参加と生きがいのづくりに向けた事業（東白川村）

ジャンル：運動・健康

事業名等	内容	開催時期	対象者	参加費用	連絡先
これから はじめる 健康 ウォーキング 教室	毎月1回、村内を1時間程度ウォーキングします。	毎月1回	どなたでも	無料	東白川村 村民福祉課 0574-78- 3111
URL: https://www.vill.higashishirakawa.gifu.jp					